

Inhalt

1. Was ist heilsame und heilende Architektur? | 9

Stress, ein Kernproblem der Gestaltung | 12

Zum Aufbau des Buches | 16

2. Bauen erholsamer Orte: Inspiration durch sakrale Architektur | 19

Verführung zur Stille, Präsenz und Kontemplation | 23

Ganzheitliche Integration der Sinne | 28

Sakrale Anmutungen als Inspiration für Profanbauten
und Rückzugsorte | 29

3. Leiblich-räumliche Wahrnehmung als Grundlage für heilsames Design | 33

Eine neue Ästhetik als Anmutungslehre? | 36

Leiblich-Räumliches Spüren | 38

Atmosphären und Stimmungen – Gernot Böhme | 39

Atmosphären definieren unsere Gefühle | 41

Der Schlüssel zu einem neuen Ästhetikverständnis: »Embodied Mind« | 46

Affordanz: Wozu regt uns die Umwelt an? | 48

Kommunikative Resonanz mit der Umwelt: Wir leben in Szenen | 50

Interview mit Prof. Gernot Böhme (Anthropologie und Leibphilosophie) | 51

4. Stimulierung über synästhetische leibliche Resonanzen | 55

Erleben von Sinnhaftigkeit | 56

Synästhesie in der Domäne der Sinne | 57

Leiblich-räumliches Spüren als Fundament des Erlebens | 59

Imaginative Aspekte eines bedeutungshaltigen
leiblich-räumlichen Erlebens | 60

Interview mit Prof. Jürgen Hasse (Phänomenologische Raumforschung) | 63

5. »Embodied Mind«: Verkörpertes Wahrnehmen, Denken und Handeln | 67

- Räumliche Metaphern als Ausdruck von Emotionen, Gesundheit und Krankheit | 68
- Mit dem Körpersinn Räume leiblich erfahren | 75
- Räumliche Orientierung | 78
- Energetische Wahrnehmung | 78
- Dynamische Raumwahrnehmung | 82
- Erleben ist synästhetisch und impliziert leiblich-räumliches Spüren | 84

6. Gegen Stadtstress hilft Grün | 87

- Ästhetische Aufwertung durch Natur | 88
- Leistungsfähiger und stressresistenter mit Stadtgrün | 89
- Wie Stadtgrün unsere Psyche heilt | 90
- Soziale Gesundheit durch Natur | 92
- Mit Stadtgrün die Umweltbelastungen reduzieren | 93
- Kulturlandschaften im Zuge der Energiewende bewahren | 95
- Interview mit Heinz Hubert Menne (Stadt- und Landschaftsplaner) | 96

7. Zukunftstrend: Biophile Architektur | 101

- Die Kategorien des Biophilen Designs | 103
- Natur im Raum: Visuelle Verbindung zur Natur | 104
- Nicht-visuelle Verbindung zur Natur über den Geruch | 110
- Die beruhigende Wirkung von Naturgeräuschen | 112
- Unregelmäßige sinnliche Reize | 114
- Dynamische Lichtgestaltung zur Verbesserung von Schlaf und Stimmungen | 114
- Naturanalogien: Materialien mit Ortsbezug und Patina | 117
- Natur des Raumes: Rückzugsort, Weitsicht und Geheimnis | 119
- Mit biophilem Design Stress auflösen | 120
- Interview mit Prof. Günther Vogt (Freiraumplanung) | 121

8. »Big Five«: Fünf architektonische

- ### **Bedingungen von Stress und Wohlbefinden | 123**
- »Big Five«: gesundheitsrelevante Erlebens-Dimensionen von Architektur | 124
 - Stimulierung als synästhetisches ganzheitliches Erleben | 125
 - Affordanz: Raumgestaltung als Einladung | 129
 - Kohärenz: Orientierung ist ein grundlegendes Bedürfnis | 132
 - Kontrolle: die Bedeutung von Selbstbestimmung und Sicherheit | 133
 - Erholung: Reduzierung von Müdigkeit und Stress | 135
 - Bewertung eines Gebäudes anhand der »Big Five« | 138

Interview mit Prof. Christoph Mäckler
und Prof. Wolfgang Sonne (Stadtbaukunst) | 139

- 9. Feng-Shui zwischen Esoterik und Inspiration | 145**
Räumlich-leibliche Stimmungen – der Chi-Energiefluss | 145
Räume der Mitte herstellen zwischen Aktivität und Ruhe | 148
Mit Belastungen umgehen | 148
- 10. Gesundheitsbauten: Wie Räume heilen helfen | 153**
»Healing Architecture« | 154
Maria-Farer-Kinderklinik | 155
Evidenzbasiertes Design | 162
Klinikum Aachen: Zukunftsbau oder missglücktes Monstrum? | 164
Krankenhausflure | 166
Vidar-Klinik | 168
Krankenhaus-Design für das Empfinden | 171
Interkulturell sensibles Krankenhaus | 173
Patientenzimmer | 173
Auf dem Weg zum Patientenzimmer der Zukunft | 179
Beispieldesign für einen Chemotherapie-Behandlungsraum | 182
Mitwirkung der Beteiligten | 184
Humanere Intensivstation | 188
Demenzsensibles Krankenhaus | 191
Maggie's Centres | 194
Kunst im Krankenhaus | 199
Therapeutischer Garten | 206
Mit Licht den Krankenhausaufenthalt bei Depression verkürzen | 212
Raumerleben bei Krebspatienten | 213
Heilsame Gestaltung von Gesundheitsbauten in Deutschland | 215
Interview mit Thomas Willemeit
(Architekturbüro Graft, »Healing Architecture«) | 215
- 11. Unterstützung von Kranken durch »Spiritual Care« | 219**
Spiritualität fördert körperliche, geistige und seelische Heilung | 222
Kerndimensionen spiritueller Bedürfnisse | 223
Raumdesign kann Spiritualität und »Spiritual Care« begünstigen | 224
Erstes Modellprojekt für »Spiritual Care«: Sukhavati in Bad Saarow | 230
Interview mit Prof. Eckhard Frick (»Spiritual Care«) | 232

12. Checkliste: Design als Therapie | 235

13. Wenn Stadt zur sozialen Gesundheitsfrage wird | 241

Psychische Erkrankungen nehmen durch Luftverschmutzung zu | 241

Multiple Belastungen und der Einfluss auf die Lebenserwartung | 242

Ergebnis: Soziale Umweltgerechtigkeit Berlin | 243

Strategien zur Verbesserung von Stadträumen | 244

Reduktion von Belastungen durch Grünzonen | 245

Planung von Ruhezonen und kühlenden Orten

in stark belasteten Gebieten | 248

Aktivierung neuer Flächenpotenziale durch Lokalisierung
von »Nicht-Orten« | 249

Planung mit Konzepten eines »Active Designs« | 251

Förderung der Entwicklung neuer Architekturtypologien | 251

Fazit | 253

Interview mit Dr.-Ing. Heinz-Josef Klimeczek
(Soziale Umweltgerechtigkeit) | 254

14. Raumqualitäten erleben, verstehen und entwerfen | 259

Anhang | 265

Literatur | 265

Abbildungsnachweise | 282